

實習總評值及心得

一、八大核心專業能力之自我評值（請參考實習目標）

（一）一般臨床護理技能：

從實習第一天開始到現在已經過了三個禮拜了，做了很多技術，有灌腸、foley care、one touch、cvp care、抽痰、氣切管護理、傷口換藥等等，最印象深刻的是有壓瘡傷口的病人，我們每天幫病人換藥，第一次看到這麼大的傷口，還是有深度的傷口，會發出一種不太舒服的味道，還會有白色黃色的膿，從第一天換要到現在，看到病人的傷口，有長出肉，慢慢越來越好的感覺就很有成就感。

（二）基礎生物醫學科學：

我照顧的個案因為工作，不小心從高處跌落，臀部差到鋼金。一開始對個案的藥物都不熟，也不清楚檢驗值跟藥物的相關性，只知道他有傷口，所以吃止痛，打抗生素，但之後去查他的藥物作用及副作用，就更明白藥物的作用及副作用跟藥物的相關性。

（三）批判性思考能力：

這次實習雖然做了很多技術，但都不是很順暢，還是需要去多練習，有些備物也要想很久，都不是很熟練，有空還是要多看書，之後實習才不會浪費時間，又重頭開始學。

（四）關懷：

生病的人，心裡通常充滿了害怕與恐懼，常常會感到不安，所以除了家屬及陪伴者，我們也相關重要，因為我們需要了解，病人及家屬的需求，還需要用耐心協助病人，及家屬在過程中的適應，並且與病人及家屬間誠實相待，和家屬及病人建立良好的關係，並且鼓勵病人，安撫病人的情緒為目的，我的個案是45歲中年男性，平常都是媽媽照顧的，個案有四個小孩，關係都很好，跟個案聊天時，都感覺得出來，個案很想念小孩，偶爾會陪他聊聊天，關心他，也祝他可以趕快康復回家見小孩。

（五）倫理素養：

與病人及家屬間須建立良好的信任關係，不做不利病人之事。顧個案期間都有遵守不洩漏個案個資及病情，以保護我的個案。

（六）溝通與合作：

同學間有不會的也會互相幫忙，像剛開始我就和同學一起共同顧一個個案，我們就可以分工合作，例如：我在跟老師對藥期間，他可以先去量病人的生命徵象，有不會的也會互相討論，並給對方鼓勵及改進。

（七）克盡職責性：

實習間，老師及學姊會提出問題發問，雖然我常常答不出來，但我有時間就會直接在醫院馬上查或回家之後再去查詢與了解，並且隔天答覆。

（八）終身學習：

一天實習忙完下來，回家寫心得報告時，並回想當天遇到的困難，及老師與學姐提出的問題，雖然身心疲憊，但還是努力的把問題查詢與了解，因為當一個

護理師，會遇到千變萬化的個案，所以在學習當中，都要努力去了解個案的疾病和原因，以後對自己有助。

二、心得

第一次到聖母醫院實習，心情很緊張，第一個禮拜因為有同學確診，在家視訊了三天，在家拍技術給老師看，也拍了很多次，有個小地方錯了，就要重頭拍到尾，拍的很累，但也是因為有先練習過，所以在臨床上，才比較不會出錯。感覺一個禮拜過得很快，老師教了判讀生命徵象，以前都不知道量生命徵象還要判讀，只知道多少是過高，多少是過低，但不知道如何處置，但現在就比較了解。在實習期間學到了很多，做了灌腸:原來灌腸一開始要跟病人解釋過程中會腹脹絞痛，之前在內科都沒有做過，也沒有觀察過病人的大便，學習到很多如何判讀異常；抽痰:抽痰管要無菌，有時候真的會不小心就會染污，真的要很小心，抽痰時，能明顯感覺到病人的痰被抽起來，我蠻喜歡那種感覺的，因為把痰抽起來，病人感覺舒服很多；cvp care:第一次做這項護理，要幫病人消毒都要很小心，不要把病人的線用斷，還有最後要消毒管子，要從病人端往外消，我很常都會忘記，但多做就有比較記得；氣切護理:第一次幫病人做氣切護理，現在才知道原來在幫病人清潔的時候，病人會很不舒服，要清潔的快，又要有效的幫病人消毒，真的很難，要多做才能多熟練；肌肉注射；使用餘尿機等等，雖然很多技術，我一開始做的不是很好，也有很多需要改進的地方，但慢慢的，因為多看多練習，就比較熟悉，不會像以前一樣不知所措，不知道從哪裡做起。我這次實習接的個案，因為臀部有傷口，會去做清創手術，就會做到手術前護理，雖然很可惜沒辦法看清創手術，但有去看過大腸鏡，當時去的時候，很怕學姊或醫生問很多問題，然後我回答不出來，結果沒有，醫生跟我們說整個過程然後也會告訴我們大腸的構造。從實習的第一梯到現在，我的學理還是一樣要再加強，因為我不是很愛讀書，一開始其實對護理沒有太大的興趣，但透過幾次的實習，就覺得還不錯，蠻喜歡做技術的，雖然每天都很忙，真的很累，很辛苦，但是每一次照顧病人，看到病人康復，就感覺有滿滿的成就感，但我知道光只有技術是不夠的，還是要懂得原因。總結這次實習很开心，同學也都會互相幫忙，學到的技術也不少，就連貼個紙膠也是很有講究的，學姊們也都對我們很友善，也謝謝老師細心的教導，受益良多，再來就要為下一次實習加油衝刺。